LE MAGAZINE DE LA RESTAURATION JAPONAISE N°53 - hiver 2017

# WASABI

www.wasabi.fr



## NOUVEAUX RESTAURANTS
Sagan, Ryo, Ao, The Cod House…

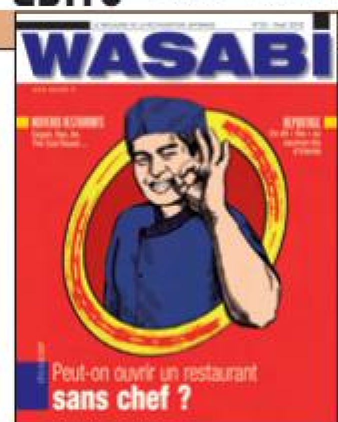
## REPORTAGE
Le saumon bio d'Irlande

dossier

# Peut-on ouvrir un restaurant **sans chef ?**



C'est qui le chef ?
Composez des menus et recettes originales
à partir de notre gamme
«Easy to cook»*
*Facile à cuisiner
COEDO
Beniaka
IMPERIAL SWEET POTATO
Avec plus de 900 produits
créez des recettes originales
FOOD DEX




## Un restaurant sans chef ?

Le rêve pour certains patrons, un cauchemar pour d'autres. Tandis que les premiers y voient avant tout une économie et une moindre dépendance à l'égard d'un salarié aux prétentions parfois démentes, les autres, notamment ceux qui sont à la fois chef et gérant, pressentent la fin d'une restauration créative et chaleureuse au bénéfice d'établissements proposant des plats standardisés et sans le moindre intérêt gastronomique.
Cela fait pourtant un certain nombre d'années que, même au Japon, les patrons de restaurants tentent de se passer de chef. Dans ces établissements, parfois très réputés, le personnel est interchangeable et peut être formé en une demi-journée à peine. L'enquête que nous avons réalisée au Japon montre que la clientèle les apprécie d'abord en raison de leur prix raisonnable bien sûr mais aussi, et peut-être surtout, parce qu'elle sait exactement ce qu'elle peut en attendre : des plats bien calibrés, une qualité constante et un service généralement très rapide. Important dans un pays où la pause déjeuner dépasse rarement le quart d'heure…
En France, la difficulté de trouver un chef capable de faire des sushi est telle que de plus en plus de restaurateurs se tournent vers les machines dont certaines peuvent sortir jusqu'à 2000 boulettes à l'heure ! Il ne reste plus alors à un employé lambda qu'à poser la tranche de poisson ! Plus besoin d'un chef à 3000 euros/mois…
Dans ce nouveau dossier destiné aux restaurateurs en cuisine japonaise, nous avons également recensé les plats qu'on peut acheter tout préparés tels que gyoza, nouilles ou encore poisson prédécoupé pour les sushi comme le hokkigai de Clearwater ou le poulpe vendu par Foodex.
Bien entendu, ces ingrédients prêts à l'emploi coûtent plus cher que la matière première brute et ne peuvent rivaliser avec la qualité du travail d'un chef mais si la clientèle n'est pas trop exigeante, elle ne verra pas la différence...
Et pour les courageux entrepreneurs qui, à l'image du sushiya français Xavier Pensec à Brest, décideraient de se lancer eux-mêmes dans la cuisine (autre façon d'économiser un chef), nous avons sélectionné, en fin de magazine, quelques livres de recettes fort bienvenus en cette période de Noël.
Bonnes fêtes à tous nos lecteurs !


- COUVERTURE : Fotolia
- RÉDACTION : Tinka **Kemptner**, Guillaume **Loiret**, Patrick **Manasson**, Chihiro **Masui**, Camille **Oger**, Brigitte **Perrin**, Ryoko **Sekiguchi**, Jean-Luc **Toula-Breysse**.
- CONSEILLÈRE ÉDITORIALE : Dr Kathy **Bonan** (nutrition)
- CONCEPTION VISUELLE : Cyrille **Morillon**
- PUBLICITÉ : **01 42 08 50 47**
- IMPRESSION : **Groupe-Morault**
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Patrick **Duval**

WASABI EST UNE PUBLICATION JB MOGADOR,
**119 BIS RUE CARDINET, 75017 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47**
MAIL : **wasabi@wasabi.fr**
SITE INTERNET : **www.wasabi.fr**
**ISSN : 1767-6142**
**Page Facebook : wasabi, le goût du Japon**


# SOMMAIRE



## **Sagan**, le japonais « rive gauche »



Sagan ! En voilà un nom inattendu pour un restaurant 100% japonais ! C'est pourtant celui qu'ont choisi ses créateurs, les géniaux propriétaires de Lengue récemment rebaptisé Beige.
Sagan, donc, ne fait pas (uniquement) référence à l'auteur de *Bonjour tristesse* mais signifie, en japonais, *Rive gauche* ce qui est d'ailleurs quasiment synonyme de Sagan.
Mais le principal n'est pas là bien sûr. Sagan est ce qu'on appelle un "nouveau concept" de restauration : situé à deux pas du théâtre de l'Odéon, il est ouvert uniquement le soir mais sur une très grosse tranche horaire (18h-24h) afin de servir aussi bien ceux qui vont au spectacle que ceux qui en sortent. Pas bête !
Le chef qui a officié à Kyoto et Nagoya propose une cuisine de type *kappo*, c'est-à-dire entre *kaiseki* et cuisine de bistro, à la fois simple et raffinée avec des ingrédients de saison et des cuissons parfaitement maîtrisées.
Nous nous sommes notamment régalés d'un *shira-aé* à base de cerfeuil tubéreux et de kaki, d'une aubergine au miso recouverte de poireaux grillés et d'un *sumibyaki* de cochon (grillé au charbon de bois) assaisonné de miso d'ail noir... Des idées comme celles-là, le chef en a parait-il à foison et compte bien en faire profiter sa clientèle tout au long de l'année.

**Ouvert du mardi au samedi de 18h à 24h.**

**Comptez 50 à 60 euros par personne avec un verre de très bon vin.**

**Sagan, 8 rue Casimir Delavigne, Paris. Tel : 06 69 37 82 19.**

## **Yoshinori**, un jeune nippon chef se lance



Le jeune chef Yoshinori Morie dont on avait déjà vanté les talents dans son précédent emploi (L'Auberge du XV) se lance aujourd'hui seul et propose, depuis le 3 octobre, une cuisine "française" aussi précise qu'inventive où le savoir-faire nippon est présent dans chaque détail. On commence cette semaine (mais ça change quasiment tous les 3 jours) avec un sublime tartare de veau de lait de Corrèze, chou fleur, coques d'Utah Beach et l'on poursuit en se partageant un cabillaud à l'émulsion d'huile d'olive fumée et un canard de Challans carottes à la cardamome noire. On termine déraisonnablement par une douce folie : le chocolat noir taïnoli, graines de sarrasin, glace à la reine des prés...
Le cadre est sobre et utilise bien l'histoire du lieu (poutres usagées repeintes en blanc séparant les tables, pierres de taille également blanchies comme un mur de méditation) et la cuisine est visible depuis la salle. Attention, beaucoup d'appelés et peu d'élus dans ce nouveau temple de la gastronomie plus nippo que française dont en ressort en état de quasi lévitation...

**Menu midi : Entrée – plat ou plat-dessert 35€. Menu entrée – plat – dessert 45€ ou 50€**

**Menu soir : Entrée – plat – dessert 70€**

**Yoshinori,18 rue Grégoire de Tours 75006 Paris. Tél : 09 84 19 76 05.**




## **The Cod House**, izakaya extrême

Cette toute nouvelle adresse en plein carrefour Odéon a été imaginée par l'équipe qui gère les Orient Extrême et Kinugawa. Le concept se rapproche cette fois de l'izakaya où l'on vient moins pour un dîner traditionnel que pour partager quelques « tapas » à la japonaise autour d'un ou deux verres de saké (joli choix dont le célèbre Kubota). Lors de notre passage, nous avons particulièrement apprécié le black-cod maison et l'aubergine au miso. Quelques plats comme le bœuf braisé servi avec de petites galettes à la chinoise sortent un peu de la tradition japonaise mais restent bien dans l'esprit de partage de l'izakaya. Idéal après (ou avant) une séance de cinéma…

**The Cod House, 1 Rue de Condé, 75006 Paris Tél. : 01 42 49 35 59.**

## **Ao**, une izakaya à la chinoise

Il est fini le temps où les restaurateurs chinois se lançaient en masse dans le sushi. Une nouvelle génération au look « Blues brothers » lorgne vers le concept d'izakaya donnant naissance à des établissements hybrides comme Wa Izakaya ou, plus récemment Ao Izakaya. La déco, chic et sobre, signée Kunihiko Takano, joue avec un camaïeu de bleus représentant la mer. En cuisine, ou plutôt derrière le comptoir, le chef japonais Yasuo Nahami (qui n'a travaillé bizarrement que dans des restaurants français) a été prié de réaliser une carte « franco-nipponne » avec des déclinaisons de thon et de légumes marinés ou encore de saumon parfumé au yuzu. Le midi, on peut s'offrir un bento à base de sushi ou de tempura (formules entre 20 et 28 €). Le soir, le chef propose un menu « omakasse » en 6 temps à 65 €. Une offre peut-être pas 100% japonaise mais qui comble un manque dans ce quartier de l'Olympia jusqu'ici très pauvre en restauration nippone.

**Ao Izakaya, 12 rue Caumartin, 75009 Paris. Tél. 01 42 65 31 53.**



## **Ryô**, un ancien de Kinugawa redémarre à zéro



On a connu le chef Ozuru chez Matsuri puis chez Kinugawa. Aujourd'hui, le voilà à la tête de son propre restaurant, Ryô, rue des Moulins, dans l'ancien Okawari, refait à neuf. Spécialiste des sushi, ce chef expérimenté s'est remis derrière le comptoir mais son restaurant propose également une grande variété de plats allant des tempuras au saumon poêlé en passant par le black cod au miso. Chaque jour, une ardoise de « osusume », les conseils du jour, est placée devant le client qui peut commander des plats de saison comme les huîtres panées ou des spécialités variant d'un jour à l'autre telles que les couteaux gratinés ou le porc ibérique pané. Les menus de midi sont à 17/18 €. Le soir, il faut compter 50 € environ avec du saké. Notons la présence à la carte de plusieurs sortes de shochu, alcool de patates douces ou de Sarrasin titrant 25° environ.

**Ryô, 7 Rue des Moulins, 75001 Paris. Tél. : 01 40 20 91 86.**










**LE SAUMON BIO D'IRLANDE :**

# Quand le saumon (re)devient un produit de

**Produit en respectant la nature, le saumon bio d'Irlande redonne à ce poisson banalisé par des décennies d'élevage industriel ses lettres de noblesse.**

Par Patrick **DUVAL**

On le sait, ce sont les Norvégiens qui sont à l'origine des techniques permettant d'élever le saumon. L'entreprise Marine Harvest, présente dans 70 pays, est depuis plus de trente ans le N°1 mondial de la production de saumon exportant son savoir-faire en Ecosse et en Irlande.

Alors que le saumon produit en Norvège est majoritairement un produit de grande consommation, Marine Harvest a fait de gros investissements en Irlande où les eaux, traversées de courants et soumis à de fortes marées, favorisent un élevage proche des conditions de vie naturelles du saumon. Le saumon qu'on y produit est considéré par les connaisseurs comme l'un des meilleurs du monde.

A l'invitation du gouvernement irlandais, Wasabi a pu visiter une « ferme » de saumon bio située au nord du pays, dans le Donegal. Proche de l'Irlande du Nord, cette magnifique région très peu connue des touristes est sans doute l'une des plus sauvages et des plus belles d'Europe.

Il faut rouler une bonne heure depuis la ville de Letterkenny pour atteindre Lough Swilly à l'embouchure du fjord où se trouve l'un des cinq sites de Marine Harvest constitués chacun d'une quinzaine de cages. Celles-ci sont installées en pleine mer de façon à ce que les poissons puissent nager contre le courant (comme ils le font lorsqu'ils remontent les rivières) et se muscler tout en engraissant. C'est là le secret d'une chair ferme et néanmoins fondante. Il y a aussi bien sûr la nourriture constituée d'une combinaison de farine de poisson, d'huile de poisson, de farine de légumes et d'huile, principalement à base de tournesol, de soja et de colza. Tous ces éléments sont strictement bios.

Les granulés sont projetés à la surface de l'eau par une sorte de trompe pivotante à raison d'une fois toutes les trois heures environ provoquant aussitôt un bouillonnement en surface. Il suffit en effet que la trompe se mette en marche pour voir les saumons sauter jusqu'à un mètre au dessus de l'eau comme ils le font dans la nature pour attraper les mouches. De grands filets recouvrent les cages afin de les empêcher de sortir de leurs bassins mais aussi d'éviter que les oiseaux marins viennent se servir.

Depuis une plateforme située à proximité des cages, des employés surveillent les saumons 24h/24 grâce à des caméras réparties dans chaque bassin. Cela permet de vérifier que les saumons se nourrissent tous correctement et



# luxe


Le filetage du poisson est entièrement automatisé. Les employés n'interviennent qu'à la marge.

si certains, encore trop jeunes, peinent à attraper leurs granulés, on les change de cage progressivement.

Une fois qu'ils ont atteint un kilo environ, les poissons sont placés dans des cages plus grandes où leur volume ne doit jamais dépasser 1% de la masse d'eau. Ils y resteront en moyenne 18 mois jusqu'à atteindre leur poids de commercialisation : six kilos environ. Pendant cette période, les saumons nagent l'équivalent de 13 000 km, une distance comparable à celle parcourue lors de leur migration naturelle.

Péchés et rapidement tués sur le bateau, ils sont ensuite acheminés vers l'usine située à terre et aussitôt débités en filet et même en pavés pour certains clients comme Picard surgelés. Les poissons entiers sont quant à eux immédiatement expédiés vers les grands marchés d'Europe comme Rungis. Il ne se sera écoulé que 3 à 4 jours entre l'abattage et la vente aux restaurateurs.

Positionné comme un produit haut de gamme, le saumon bio d'Irlande est aussi celui qui contient le moins de « chimie ». Aucun antibiotique ne lui est administré sauf en cas de maladie mettant sa vie en danger. Les parasites comme le pou de mer sont combattus non pas à l'aide d'insecticides comme presque partout ailleurs mais grâce à des « poissons nettoyeurs », technique plus délicate à mettre en place mais tout aussi efficace…

L'Irlande pourrait sans doute produire plus de saumon mais le gouvernement, sous la pression des défenseurs de la nature, a décidé d'en limiter volontairement la production. Une décision que ne comprennent pas forcément les entreprises comme Marine Harvest qui serait prête à investir dans de nouveaux sites mais qui permet, au final, de limiter l'impact de ces élevages sur l'environnement et d'assurer à l'Irlande la réputation d'un pays modèle dans ce domaine.

Rare sur le marché (il ne représente qu'un pour cent de la production mondiale) le saumon bio d'Irlande est considéré comme un produit de luxe et son prix, 20 à 30% plus élevé que le saumon de Norvège, est généralement bien accepté par les consommateurs. Il suffit d'ailleurs de le goûter pour le comprendre.

# Un restaurant sans chef c'est possible ?

**Oui, à condition d'investir dans des machines où de cuisiner à partir d'ingrédients prêts à l'emploi. Il faut savoir que, même au Japon, de nombreux restaurants cherchent à baisser les coûts de cette manière. Petit passage en revue des possibilités...**

Par Tinka **Kemptner**

La cuisine japonaise est en plein boom. En France, le nombre de restaurants asiatiques (dont la section japonaise est la plus dynamique) dépasse désormais celui des fast-food à l'américaine. Le hic : les chefs de cuisine japonais sont rares et chers : comptez entre 5000 et 6500 € par mois avec les charges si vous réussissez à en trouver un !
La solution pour limiter la charge salariale ? Confier certaines tâches à des machines. De nombreux restaurants japonais en France (même de type gastronomique) ont d'ores et déjà recours à cette option. Sans que cela ait forcément un impact sur la qualité. Au contraire, si l'on en croit Manu Letellier de la société Sushi Robots, basée à La Rochelle :
« Laver du riz manuellement prend environ un quart d'heure et 100 l d'eau si l'on veut éviter les résidus. Grâce à la machine, cinq minutes et 20 l d'eau suffisent. Et le résultat sera meilleur. » Ce n'est qu'un exemple parmi tant d'autres. Au Japon, où les coûts salariaux sont encore plus élevés, les procédés automatisés sont depuis belle lurette monnaie courante, que ce soit pour la préparation du riz, des nigiri ou des maki, sans oublier les ramen, udon et gyoza. Tour d'horizon des solutions disponibles en France.

### Des robots pour sushi et maki

Nombreux sont ceux qui se lancent dans la restauration japonaise en ignorant la complexité de la préparation du riz. Or, un bon sushi, c'est d'abord un riz préparé dans les règles de l'art (lire à ce sujet notre dossier dans le n° 52 de Wasabi). Au Japon, ce savoir-faire ne s'acquiert qu'au bout de longues années. Le ris-



que, quand on ne le maîtrise pas : un riz pâteux, aux grains cassés, résultat d'un mélange inexpérimenté et d'un assaisonnement hasardeux. Un mauvais dosage du vinaigre peut même s'avérer dangereux pour la santé (le ph du riz doit être inférieur à 4,1). L'automatisation règle ces soucis. A la clé : un riz assaisonné de manière homogène, et dont chaque grain se détache.

Pour 1200 € par mois, la société Sushi Robots (www.sushi-robots.eu), qui travaille avec des chaînes telles que Yo Sushi, Sushi Shop ou Matsuri, propose une solution leasing aux restaurants qui se lancent dans la cuisine japonaise. Cette option inclut tout le matériel nécessaire pour automatiser à la fois le lavage, le triage, la cuisson, le refroidissement, le mélange et l'assaisonnement du riz, sans oublier la machine à nigiri et à maki. « Si on dispose de toutes ces machines, on peut faire fonctionner une cuisine de petite taille avec une seule personne », assure Manu Letellier.

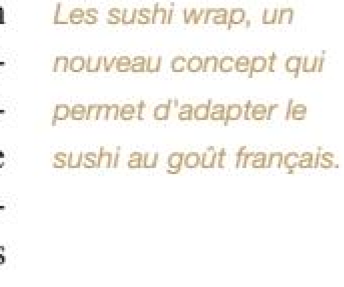
La marque japonaise Autec est leader en France car ses machines sont parfaitement adaptées au riz à sushi italien (le plus utilisé ici) qui a une fâcheuse tendance à s'écra-

■■■ ser s'il est trop manipulé. Ses concurrents Fuji Seiki et Suzumo sont davantage présentes sur le marché américain car elles donnent un meilleur rendu avec le riz à sushi californien.

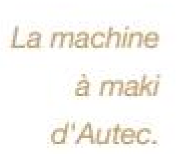
Les gains de productivité des solutions proposées par ces machines sont impressionnants : jusqu'à 50 nigiri en 90 secondes et jusqu'à 1200 maki par heure !

Bon à savoir : il est possible de faire l'économie de la laveuse à riz, on optant pour du riz déjà pré-lavé (chez Foodex ou JFC). Il suffit de le rincer rapidement avant utilisation. Développé il y a une dizaine d'années, ce riz donne de très bons résultats. Autre aide précieuse : les mélanges d'assaisonnement pour sushi qui évitent de se tromper dans les dosages.

En revanche, aucune machine n'est, à ce jour, capable de découper un poisson en lamelles. Même les chaînes de supermarchés se voient obligées à recourir au travail manuel pour cette tâche. Pour gagner du temps, il est néanmoins possible d'acheter du thon congelé prédécoupé (taille saku, environ 500 g), parfait pour une découpe rapide en petites tranches (chez Foodex, Brake ou Barba). Inconnu au Japon (où la découpe des poissons est mieux maîtrisée), ce produit s'adresse aux marchés occidentaux. Pour le saumon, la taille saku n'existe pas, car ce poisson réagit mal à la décongélation. Côté fruits de mer, Foodex propose des crevettes décortiquées congelées et déjà cuites qui offrent un gain de temps non négligeable. Le distributeur vend aussi, en tranches congelées, du poulpe, du calamar, de l'anguille marinée et du maquereau mariné.


*Les sushi wrap, un nouveau concept qui permet d'adapter le sushi au goût français.*




*La machine à maki d'Autec.*

### Des nouilles à la machine, aussi « authentiques » qu'au Japon

Fabriquer ses nouilles japonaises soi-même ? Très peu de restaurateurs sautent le pas. Dommage : il s'agit d'un vrai plus pour se démarquer, à une époque où un nombre croissant de clients préfèrent le home made. Jean-Baptiste Meusnier, propriétaire de Kodawari Ramen (75006), est l'un de ces pionniers. L'exigence de ce jeune Parisien l'a poussé à investir dans une machine à nouilles Yamato, la Rolls en la matière selon les connaisseurs. Achetée directement Japon sans intermédiaire (30 000 €), elle est bien plus chère que d'autres marques, mais contrairement à ses concurrentes, elle répond aux normes européennes. « Et



surtout, elle est fiable et facile à utiliser. Je n'ai jamais eu le moindre souci avec elle », assure Jean-Baptiste Meusnier. Les performances de Yamato ? Une centaine de portions de ramen par heure (100 000 par an). Une formation d'une demi-journée pour apprendre à s'en servir est fournie gratuitement par la marque mais il faut pour cela se rendre au Japon ! A ceux qui ne sont pas tentés par le voyage, Sushi Robots propose de livrer la même machine clés en main au même prix. La société assure aussi la formation et la maintenance (gratuite la première année). Elle propose par ailleurs des formations pour apprendre à faire son bouillon à ramen soi-même (en 12 jours). Une alternative honorable aux ramen fabriqués maison : les ramen surgelés pas encore cuits (Foodex). Selon le distributeur, le rendu est semblable au ramen frais. Une chose est certaine : cette option l'emporte sur les ramen surgelés et précuits, ou sur les ramen secs.

### Gyoza : le choix entre machine et surgelé

Rien ne vaut les gyoza faits maison. Fussent-ils réalisés avec l'aide d'une machine ! La plupart des restaurateurs optent pour la marque japonaise TOA, garantie dix ans. Très robuste,

simple d'utilisation, de petite taille, elle permet de réaliser 1500 gyozas par heure. Il suffit d'insérer d'un côté la farce et de l'autre le disque de pâte (fait-maison ou acheté tout prêt), puis d'appuyer sur un bouton. Son prix (13 000 €) est le même au Japon qu'en France. Son importateur Sushi Robots assure aussi la maintenance et la formation (inclus, la recette de la farce et de la pâte).

Lorsque cet investissement s'avère trop et onéreux, des gyozas surgelés s'imposent. Le souci : rares sont les restaurants qui maitrisent leur cuisson. Un gyoza parfait doit être moelleux à cœur et croustillant en surface. Pour obtenir ce résultat, une vigilance extrême est de mise. Or, pendant le coup de feu en cuisine, impossible de toujours veiller au grain. Pour gagner du temps, certains restaurateurs n'hésitent pas à plonger leurs gyozas surgelés directement dans la friteuse ou à les réchauffer au micro-ondes. Sacrilège !

Pour remédier à ces aberrations, la société japonaise Ajinomoto compte introduire d'ici



*Le "sushi sandwich" : facile à faire à un coût de production intéressant.*

## **Fast-food** à la nipponne

**Quelques restaurants inspirés du yatai (street food) japonais ne nécessitant pas de vrais chefs se sont installés en France et connaissent un grand succès : ils proposent des takoyaki (boulette au poulpe), des okonomiyaki (sorte de grosse galette nappée d'une sauce sucrée) ou encore des gyoza et, tout récemment, des onigiri. Nous avons repéré, pour l'avenir, cinq tendances prometteuses.**

### Les sushi wraps

Dans les six mois qui viennent, une dizaine de concepts consacrés à ces bouchées de riz garnies (aussi appelé sushi burritos) devraient voir le jour à Paris, Bordeaux, Niort mais aussi dans les Carrefour, à en croire la Sushi School. Dans certains de ces lieux, on pourra composer soi-même son sushi roll, en choisissant entre plusieurs ingrédients.
L'investissement, en termes d'équipement ? Environ 30 000 €, pour une laveuse à riz, un autocuiseur, une machine à refroidir et mélanger le riz, sans oublier la machine à tapis de riz.

### Les sushi vegan

Point de poisson cru ici, mais patate douce, tofu, kale, avocat… Le tout rehaussé de miel, cumin, sésame... Une grosse tendance en Allemagne, au Royaume-Uni et dans les pays de l'Est… Les sushi vegan arrivent timidement en France.

### Les sushis à la viande

Au chorizo, au jambon de Parme, au magret de canard... Cette tendance se constate surtout en GMS en ce moment. « Pour introduire un nouveau sushi corner, on commence souvent par proposer ce type de produit. L'idée : attirer un public non-initié vers les sushis », explique Manu Letellier de Sushi Robots.

### Les onigiri à la française

Au Manga Café à Paris, les onigiri sont garnis très généreusement pour séduire les palais locaux. En Angleterre et en Allemagne, la tendance onigiri gourmands bat déjà son plein. L'investissement, en termes de matériel ? autour de 10 000 €, pour une machine spécialisée, livrée avec 240 moules (avec laquelle on peut aussi faire des nigiri).

### Les sushi sandwichs

Ici, deux couches de riz enveloppés de nori remplacent le pain. Au milieu, diverses garnitures. Très en vogue au Japon, cette tendance n'est pas encore arrivée en France. Mais elle devrait bientôt y faire un malheur à en croire Manu Letellier : « C'est hyper facile à faire, pour des coûts de production très intéressants ! »



Cours de sushi pour professionnels de l'école Chef-sushi.com.

fin 2018/début 2019 des gyozas à sauter à la poêle, sans eau ni huile. Avantage : ils cuisent en quatre minutes chrono, au lieu de six à sept minutes. Au Japon, ce produit fait ses preuves depuis trois ans déjà.

En attendant, la vigilance reste de mise en cuisine ! Leader sur le marché des gyozas surgelés au Japon et en France (où son chiffre d'affaires a bondi de 31% l'année dernière en RHD), Ajinomoto propose actuellement une dizaine de références de gyozas au restaurateurs, du plus classique au plus inattendu (gyozas à la pomme ; gyozas au canard et à la sauce hoisin). Tous sont produits en Pologne par une société initialement spécialisée dans les pirojkis !

Bon à savoir : ses gyozas au poulet ont été retravaillés récemment, en ajoutant un enzyme pour rendre la pâte plus performante à la cuisson. Selon Elisabeth Boldu, directrice marketing d'Ajinomoto Foods Europe, « plus fine que celle de la concurrence, notre pâte tient mieux à la cuisson. Même cuits à la vapeur, nos gyozas sont tendres et juteux. »

Les gyozas surgelés de Ajinomoto : une grande variété de produits.




## Des formations express ouvertes à tous

Au Japon, la formation d'un bon sushi-ya demande au minimum 10 ans mais le niveau d'exigence est beaucoup plus élevé qu'en France. Grâce à l'automatisation des tâches et du fait du nombre restreint de poissons proposés (principalement du thon et du saumon), l'apprentissage peut se réduire à quelques jours.

Chef Sushi (l'école de sushi professionnelle de Wasabi), Sushi Prod, The Sushi School… De nombreuses écoles de sushi ont vu le jour ces dernières années. Toutes proposent des formations courtes allant de deux jours (Chef Sushi) à deux semaines à pour The Sushi School. Au programme : les basiques de la préparation du riz et de la découpe du poisson, la préparation des sushi et maki avec ou sans machines, la présentation des produits et la mise en rayon, la gestion du magasin et le contrôle des marges.

**JAPON**

# Quand les «petites mains» remplacent les grands chefs

**UN CHEF, AU JAPON, EST UN EMPLOYÉ COMME UN AUTRE. LES RECETTES NE LUI APPARTIENNENT PAS TOUJOURS ET IL PEUT ÊTRE INTERCHANGEABLE. S'IL S'EN VA, IL SUFFIT BIEN SOUVENT D'UNE JOURNÉE POUR FORMER SON SUCCESSEUR. PROFESSIONNALISME ET RATIONALISATION DES TÂCHES SONT LES MAÎTRES-MOTS DE LA RESTAURATION À LA JAPONAISE.**

*Texte et photos*
*Camille **Oger***

Il y a près de 500 000 restaurants au Japon, soit un pour 266 habitants environ. Cette incroyable densité – la plus élevée au monde – répond à une demande bien réelle : les Japonais mangent dehors beaucoup plus souvent que nous. Dans ce contexte, de nombreux établissements ont bâti leur réputation grâce à leur chef, mais c'est loin d'être une règle générale. En fait, une grande partie des restaurants nippons n'ont pas besoin d'un cuisinier qualifié et créatif pour fonctionner, car ils ont d'autres attraits : ils sont bon marché, ils servent rapidement une cuisine correcte, et leur menu est simple.
Ce concept, que l'on a tendance à associer à la restauration rapide en France - et donc à dénigrer, celle-ci n'ayant pas bonne réputation -, n'est pas vu d'un mauvais œil au Japon. Le principal, c'est l'honnêteté et la transparence de l'établissement ; un restaurant sans chef, tant qu'il ne prétend pas être autre chose, est parfaitement acceptable. Et il n'est pas nécessairement synonyme de malbouffe.

### PAS DE SURPRISE - ET ON VIENT POUR ÇA

L'absence de chef est typique dans les échoppes qui vendent des snacks et repas à emporter ou à manger sur le pouce, qu'il s'agisse de *bentô*, de *yakitori* ou de *takoyaki*. Mais elle est surtout la norme dans les grandes chaînes de restauration spécialisées, comme Yoshinoya et Sukiya pour le *gyūdon* (un bol de riz surmonté de viande de bœuf), Nadai Fuji Soba et Komoro Soba pour les nouilles de sarrasin, ou CoCo Ichiban pour le curry entre autres. Dans ces établissements, pas de surprise : on sait exactement pourquoi on vient et comment vont se dérouler les choses. On entre, on commande, et on est servi dans les cinq minutes. Tout a plus ou moins été préparé à l'avance sur place, et sera simplement assemblé au moment du service.
Les clients mangent vite, car ce ne sont pas des lieux où l'on s'attarde, et savent bien souvent ce qu'ils vont manger avant même de pousser la porte. La raison est simple : ce type de restaurant a généralement une carte très réduite. Deux ou trois plats seulement y sont proposés, voire moins, avec en revanche un grand nombre de possibilités pour les personnaliser. Prenez le *gyūdon* : le bol de riz au bœuf de base est le principal plat proposé chez Sukiya, mais il est possible d'y ajouter toutes sortes de suppléments, comme un œuf, du fromage, de la ciboule... Chaque ingrédient est facturé en plus, mais la note reste toujours modeste. Comptez 3 à 4 euros pour le *gyūdon* de base, et quelques dizaines de centimes à un euro de plus pour chaque ajout.

*A droite, un marchand ambulatnt de takoyaki. Ci-dessous, le client prépare lui même son okonomiyaki.*





### Marche à suivre simplifiée et prédéfinie

Pour cela, pas besoin d'être un grand chef. Les recettes sont détenues par les restaurants et non leurs employés, qui sont interchangeables. Elles sont très simples la plupart du temps, ne demandent que peu d'ingrédients disponibles toute l'année, et se maîtrisent rapidement. Le temps de formation ne dure souvent pas plus d'une journée : la marche à suivre est détaillée par étapes, immuable, et répond à un cahier des charges précis.

En fait, si l'on veut se passer de chef, le maître mot, c'est la rationalisation. Les Japonais sont des grands spécialistes de la question, et cela se voit à la manière admirable dont fonctionnent leurs restaurants tenus uniquement par des jeunes sans qualification ou des étudiants. Et pour rationaliser le personnel, il faut d'abord régler la question du matériel, cruciale : le but est d'en avoir le moins possible pour optimiser l'espace et la fluidité en cuisine, et surtout, il faut qu'il soit simple d'utilisation.



*L'automatisation des commandes permet d'économiser un caissier.*

### Réduire la carte et le matériel

En réduisant la carte au maximum, on s'assure de ne pas avoir besoin d'ustensiles variés. Ainsi, dans un restaurant de *yakitori*, on aura simplement besoin de couteaux, de brochettes et d'un barbecue. Dans un établissement spécialiste des nouilles, on aura des marmites, parfois une friteuse, et rarement plus. Pour les bols de riz garnis, appelés *donburi*, on aura un autocuiseur et quelques marmites. Pas besoin de four, de fouet, de mixeur, de poêles et autres : ils viennent compliquer la tâche des employés, ralentir le processus de confection des plats, rallonger le temps de nettoyage et de rangement, et ils encombrent la cuisine.

On rationalise également les préparations et les ingrédients. Tous les suppléments sont portionnés à l'avance, emballés dans des barquettes individuelles. Les préparations de base, quant à elles, sont souvent servies en quantités prédéfinies à l'aide de distributeurs automatiques – c'est notamment le cas du riz, qui sort de l'autocuiseur et atterrit dans le bol en appuyant sur un bouton. Non seulement cela limite la perte de temps, mais c'est aussi très hygiénique.

### Passer commande à une machine

Certaines chaînes poussent même le concept encore plus loin : chez Matsuya par exemple, un autre spécialiste du *gyūdon*, il n'y a même pas de personnel en salle. Les commandes sont passées et payées à l'avance sur une machine qui ressemble à un distributeur de boissons, on s'installe là où l'on trouve de la place, et on est servi directement par les employés qui cuisinent. Cela assure un fonctionnement efficace à moindre frais, permettant de pratiquer des tarifs défiant toute concurrence.

Enfin, une version encore plus extrême du restaurant sans chef existe au Japon, et elle a beaucoup de succès : le *Do It Yourself*. Cela peut paraître étonnant, mais les clients sont ravis de faire à manger eux-mêmes quand ils sortent au restaurant. L'idée est celle d'une sortie ludique, où l'on s'amuse principalement en famille ou entre amis, en réalisant des préparations sommaires mais très appréciées. La clé est de proposer des spécialités qu'on ne pourrait pas cuisiner chez soi, car elles demandent des outils dont les particuliers ne disposent pas à la maison. Le *teppan* est l'un d'entre eux : tout le monde rêve d'en avoir un mais très peu de gens en ont la place.

### Quand les clients cuisinent

Des entrepreneurs malins ont flairé le filon et décidé de créer des restaurants où chaque table est un *teppan* sur lequel on mange directement. Les employés apportent aux clients tous les ingrédients nécessaires pour confectionner un *okonomiyaki* par exemple, une crêpe salée garnie de viande, légumes et autres fruits de mer. Ils les guident au début puis les laissent se débrouiller seuls, restant simplement à disposition en cas de problème. Même principe pour les *takoyaki* : ces petites boules de pâte fourrées au poulpe sont adorées dans tout le Japon, mais elles nécessitent une machine spéciale à peu près aussi utile et encombrante au quotidien qu'un appareil à raclette. Le grand public est ravi de pouvoir s'essayer à trouver le tour de main pour réaliser des *takoyaki* parfaits au restaurant, sans avoir à posséder le moule nécessaire ou à le nettoyer ensuite.



Une publicité pour la chaîne Yoshinoya.

Dans les établissements spécialisés dans la fondue japonaise (*nabe*) ou les abats grillés (*horumon*), on cuisine également soi-même. Pour le *nabe*, les ingrédients ont simplement été découpés à l'avance. On les apporte aux clients avec un réchaud et une marmite remplie de bouillon. Les convives cuisent les légumes, morceaux de viande et de fruits de mer dans le bouillon et les mangent à leur rythme. Pour les *horumon*, la viande, découpée et marinée, est grillée par les clients sur un petit barbecue posé à même la table. Pas besoin de beaucoup d'employés en cuisine pour ce type d'établissements ! En revanche, ils nécessitent obligatoirement la présence de personnel pour superviser la salle.



Laisser le client cuire lui-même ses ingrédients diminue le travail en cuisine.



### Le sushi sans chef, au minimum frais et correct

La cuisine sans cuisinier peut également avoir une plus grande valeur ajoutée. C'est le cas dans certains *kaiten sushi*, les restaurants qui proposent des sushi frais défilant sur un tapis roulant. La carte, généralement saisonnière, semble imposante mais le principe de confection est simplifié au maximum : le riz est cuit selon la méthode de l'établissement, dans un autocuiseur, la découpe du poisson est sommaire mais correcte. Ce qui compte, c'est l'impression de diversité et d'abondance, la fraîcheur des produits et le prix, qui reste très avantageux en comparaison à un véritable sushiya.

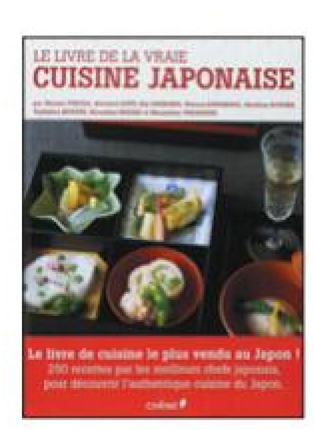
Bref, ce qui fait la force et le dynamisme du concept des restaurants sans chef au Japon, c'est son côté informel. Dans un pays de courbettes et de cérémonies, de rituels et de règles à n'en plus finir, il est parfois reposant de se nourrir juste pour se nourrir, ou de manger en s'amusant. Déjeuner ou dîner dans ce type d'établissement est reposant et rassurant : on sait à quelle qualité s'attendre, voire à quel goût exactement. On y va seul ou accompagné, sans se soucier de sa tenue ou de l'addition à venir.

En revanche, restaurant sans chef ne signifie pas nécessairement restaurant sans cuisine. On limite et on facilite les préparations, mais servir des conserves ou du surgelé n'est pas commun au Japon. On préfère s'en tenir à des recettes simples et facilement reproductibles réalisées à partir d'ingrédients frais ou secs plutôt que de proposer des plats qui n'ont pas été élaborés sur place. Même dans les supermarchés, les *onigiri*, plateaux de sushi et autres plats préparés très bon marché sont frais du jour et seront soldés le soir pour vider les rayons. Ils sont confectionnés localement, par des petites mains. À échelle industrielle certes, mais pas par des machines. Du moins, pour l'instant...



# 5 livres pour cuisiner japonais comme un chef

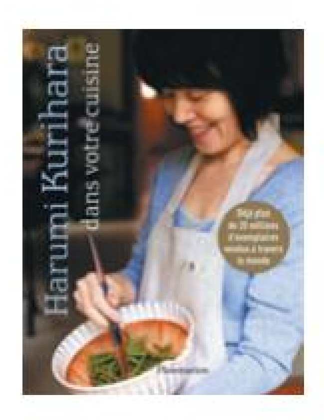
**ON TROUVE DES DIZAINES DE LIVRES DE RECETTES MAIS TOUS NE SE VALENT PAS. VOICI NOTRE SÉLECTION DES MEILLEURS OUVRAGES.**




## Le livre de la vraie cuisine japonaise

(Chêne, 2015, 29,90 €)
**Collectif**

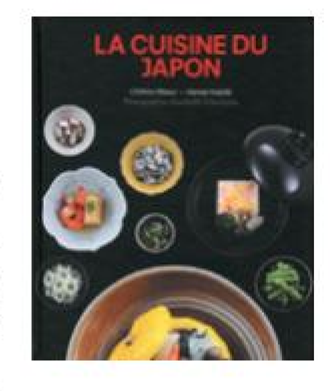
Écrit par huit grands chefs japonais, ce livre est une bible de la cuisine nipponne dans toute sa variété. Il propose plus de 250 recettes en pas à pas, détaillant chaque étape avec une grande précision. Des sashimi aux soupes maison en passant par les pâtisseries. Une mine d'informations pour les apprentis cuisiniers qui aiment le pragmatisme et l'authenticité.




## Harumi Kurihara dans votre cuisine

(Flammarion, 2010, 9,90€)
par **Harumi Kurihara**

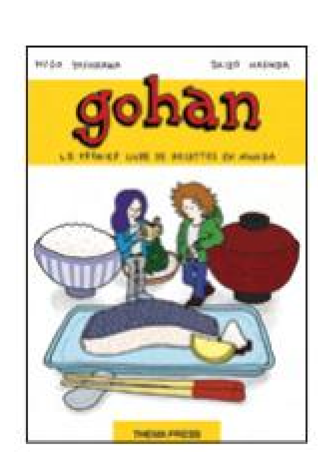
Cet immense best-seller – plus de 20 millions d'exemplaires vendus dans le monde – est un recueil de recettes de Harumi Kurihara, grande star de la cuisine faite maison au Japon. 60 plats simples sont présentés avec de nombreuses indications sur les produits utilisés, les goûts et les textures recherchés. Ce type de cuisine est celui que l'on partage en famille ou dans les petites cantines japonaises sans prétention, voire dans certains types d'izakaya.

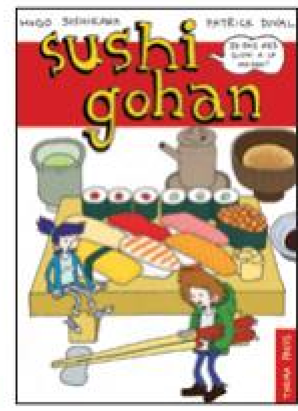



## La cuisine du Japon

(Grund, 2013, 29,95€)
par **Chihiro Masui** et **Hanaé Kaédé**

Un ouvrage ambitieux et parfaitement maîtrisé, signé par l'excellente Chihiro Masui, auteur prolifique et experte en cuisine japonaise, accompagnée de Hanaé Kaédé, chef hors-pair passée par les plus grandes maisons étoilées de Paris. 90 recettes expliquées en détail allant de l'omelette japonaise aux gyoza en passant par les chips de racine de lotus ou les salades d'algues…




## Gohan et sushi Gohan

(Thema Press, 15 € pour chaque livre)
par **Hugo Yoshikawa, Daizo Hashida** et **Patrick Duval**

Destinés aux professionnels comme aux amateurs, ces deux livres proposent des recettes sous forme de manga, c'est-à-dire avec des dessins reproduisant chaque étape de la réalisation des plats. Le premier aborde les plats de cuisine familiale classés par genre (viande, poisson, légumes, desserts…) tandis que le second est entièrement consacré au sushi et à ses différentes techniques : découpe du poisson, cuisson et assaisonnement du riz, maki, nigiri, etc. Ces deux ouvrages peuvent être commandés sur le site wasabi.fr.



## Palourdes hokkigai

# Quand le sushi devient un jeu d'enfant

**Protégé par une épaisse coquille, le hokkigai est une grosse palourde à la chair ferme et douce.**



Récoltée dans les eaux froides et claires de l'Atlantique Nord, la palourde hokkigai est un produit à haute valeur ajoutée dont la production est destinée aux professionnels de la restauration. Très utilisé pour les sushis, le hokkigai est encore peu connu en Europe mais de plus en plus de chefs le déclinent en salades ou en plats originaux de type « fusion ».

Très populaire au Japon et en Chine, ce coquillage est apprécié dans le monde entier pour son goût sucré et sa texture unique. Les palourdes hokkigai sont préblanchies avant d'être congelées sur le bateau, ce qui fait qu'elles sont prêtes à consommer aussitôt décongelées. Récemment Clearwater Seafoods, premier producteur mondial de hokkigai, a annoncé le lancement d'un nouveau format pour le marché européen: le sushi topping pré-coupé. Un produit idéal pour les chefs sushi qui n'ont plus qu'à placer la tranche de hokkigai sur la boulette de riz.

Ce nouveau format innove par la simplicité de préparation et la facilité de stockage tout en améliorant l'aspect visuel de n'importe quel plat de sushis ou de sashimis grâce à sa touche rouge vif.

Bien entendu, on peut toujours trouver le hokkigai entier par paquets de un kilo pour d'autres préparations que les sushi.